



КАК НАУЧИТЬ РЕБЕНКА НЕ ПИСАТЬСЯ ПО НОЧАМ

Мой личный опыт, как отучить детей от 3 до
7 лет писаться ночью

Аннотация

В первый раз, мы столкнулись с проблемой, когда нашим мальчишкам двойняшкам, исполнилось четыре года. Причем нужно сказать, что не оба сына писались ночью, а только один.

Светлана Герасимова, Ярослав Герасимов
sagerasimova@ya.ru

Как научить ребенка не писать по ночам

ОГЛАВЛЕНИЕ

Оглавление

ОГЛАВЛЕНИЕ	1
Введение.....	2
Проблема	3
Что говорит интернет?	4
Обратитесь к врачу!.....	6
Бабка!.....	7
Что делать?	8
Методика	9
Заключение	12

Введение

Ребенок писается ночью... Как отучить ребенка писаться по ночам... Ребенок писается, что делать...

Если посмотреть количество подобных запросов в сервисе Яндекса, то цифра будет чуть больше 90 000 запросов в месяц.

Данная проблема волнует тысячи, а то и сотни тысяч мамочек.

Затронула эта проблема и нашу семью.

Итак, давайте знакомиться, меня зовут Светлана, я мама троих детей. Дочь у меня уже достаточно взрослая, да и пока она росла данная проблема нас не интересовала.

Проблема

В первый раз, мы столкнулись с проблемой, когда нашим мальчикам двойняшкам, исполнилось четыре года. Причем нужно сказать, что не оба сына писались ночью, а только один.

Боролись мы с этим, ночными вставаниями и высаживанием на горшок, не всегда успевали просыпаться, иногда было уже поздно, и приходилось менять постель и штанишки.

В четыре года, это явление было не постоянным, один раз в неделю, или два. Поэтому мы тогда не придали этому особого значения.

Второй раз, мы столкнулись с данной проблемой в пять лет, и писался сын уже не раз в неделю, а каждый день или через день.

Сначала я пыталась объяснять, что нужно просыпаться и звать маму, потом, как только слышала, что он вертится вскакивала и бежала к нему, чтобы сводить в туалет, но увы часто не успевала. Каждодневные постирушки выводили из себя, да и подскакивание каждую ночь тоже не укрепляли нервы.

Пробовала объяснять, не пить на ночь водичку, будить заранее, и тем более я расстраивалась, когда не видела положительного результата, и иногда я ругалась на ребенка.

Второй сын все это видел и стал дразнить брата, что он писается.

Что говорит интернет?

В этот момент я решила поискать ответы на мой вопрос "Как отучить ребенка писаться по ночам?" в интернете. Каково было мое удивление, когда я увидела сколько людей ищут тоже, что и я.

Когда я перечитывала всевозможные форумы, я поняла, что нет ни одного стоящего совета. Вот какие рекомендации я нашла:

- *"Если вопрос рассматривать с психосоматической точки зрения, то это признак проблемы в сфере эмоций. Думаю, прежде, чем приступить к медикаментозным путям решения этого вопроса, постарайтесь максимально собрать инфо как раз по части психологии и тп. Удачи!"*

Если честно, вообще не понятно, что именно хотел посоветовать автор данного сообщения.

Или вот такое категоричное заявление

- *"Ну это энурез, я тоже увы им до 13 - ти лет страдала."*
- *"Согласна, все индивидуально. Но, если ребенок писается ночью после 5 лет, стоит все-таки как-то попытаться повлиять на ситуацию. Может это проблема с почками, а может ребенок стресс пережил. Визит к неврологу точно не помешает."*

Здесь автор хотя бы не исключает индивидуальности детей, но тоже направляет к врачам.

А следующее сообщение, меня лично прям взбесило

- *" у вашей дочки энурез. Это серьёзное заболевание, без врачей вам не справиться. Бегом, не теряя драгоценного времени, к невропатологу и урологу. Врачи найдут причину энуреза и будете вместе решать проблему. Лечение довольно долгое. Но всё будет хорошо."*

Как можно давать такие советы, даже не видя ребенка. Многие мамы очень впечатлительны и после такого заключения могут надумать своему чаду то, чего нет на самом деле.

Но были не только отрицательные комментарии, кое-что я нашла и положительного.

- *«Во-первых, дабы не ухудшить ситуацию, маме необходимо сохранять спокойствие. Конечно, постоянная стирка белья и ночные подъемы маме совсем не в радость. Однако и ребенку, испытавшему очередной промах, приходится не сладко.»*
- *"На возникновение подобных проблем может повлиять элементарная незрелость нервной системы малыша. Во время глубокого сна ребенок просто не способен заметить сигнал мозга о том, что мочевой пузырь готов к опорожнению."*
- *"В такие моменты крохе нужна поддержка и понимание, но никак не упреки."*

В результате таких экспериментов, как поиск ответов в интернет, уже через пол часа голова идет кругом. Создается впечатление, что у ребенка страшные проблемы со здоровьем.

Все советы, на форумах, мнения специалистов в подобных случаях настолько противоречивы, что что-то понять невозможно, а многие просто противоречат здравому смыслу.

Ясно только одно... справляться с проблемой нужно, и кроме вас с ней справляться никто не будет.

Все эти советы касаются эмоциональной, внутренней стороны вопроса, и не чего, что касалось бы практики.

Обратитесь к врачу!

Отличный совет, который можно встретить, чуть ли не в каждой теме, обсуждающей данную проблему.

Причин, по которым люди не хотят обращаться к врачам много, и они разные.

Сам поход к врачу у нас, это уже большой стресс

Посмотрите сколько отзывов в интернет о том, что после назначенных процедур и пропитых лекарств все повторяется, результат нулевой.

Медицина сейчас просто превратилась в насос по выкачке денег, о здоровье речь вообще не идет. Врач не заинтересован напрямую вылечить пациента, лечить заинтересован, но вылечить, нет.

У меня трое детей и огромный опыт общения с врачами.

Однажды, врач назначил мазь моей трехлетней дочке, которую детям вообще назначать противопоказано, и она получила ожег. Поверьте, это далеко не единичный и не самый страшный случай, из моего жизненного опыта, халатного отношения врачей к работе.

Конечно все люди допускают ошибки, и отношение к пациентам возможно у всех врачей разное, но... отвечает ли хоть один врач, за результат своего лечения

Все, что написано выше, это лишь мое мнение, и я не призываю с ним считаться вас. И в некоторых случаях при всем моем недоверии к медицине, я сама и мои дети ходим к врачам.

Если не помогли врачи, читаем дальше...

Бабка!

Очень много рекомендаций сходить к бабке или знахарю.

Ведьма (ведающая мать). У меня нет личного опыта, я не могу судить об этом, но есть истории, когда это помогало.

Тут очень велик шанс попасть к шарлатану, а не к действительно ведающему человеку. Очень много в последнее время появилось специалистов такого рода. Просто в большинстве случаев, это развод на деньги.



Что меня в этом настораживает, так это то, что кто-то, получает доступ к сознанию ребенка, навредит это или поможет, и как отразится такой сеанс в будущем...

Нет, это не для меня, мы всегда наделись на себя, и ответственность за принятые решения тоже ложится на нас.

Никто, кроме родителей, так не любит своих детей и не заботится об их будущем.

Если в трудную минуту кто-то хочет помочь по настоящему своим детям, так это мы, родители.

Что делать?

Я перестала давать сыну пить за три часа до сна. Когда снова случалась лужа, я быстро убирала мокрую постель и не допускала обсуждения инцидента ни кем, из семьи.

По ночам мы так же просыпались писать, но все равно бывали дни, когда он просыпался мокрым.

Я уже почти отчаялась справиться с этой проблемой самостоятельно, без врачей или бабки, и в этот трудный момент, муж предложил одну интересную гипотезу, как отучить сынишку писаться по ночам.

Необходимо было только проверить ее на практике.

Это не волшебная таблетка, не надо думать, что это какой-то волшебный гипнотический прием или еще что-то подобное.

Это последовательность, простых действий, которая требовала от меня некоторых усилий. Более того на проверку нашей гипотезы требовалось время.

Как всегда, все гениальное просто, и вот что предстояло нам сделать:

Методика

- Не давать ребенку пить за три часа до сна
- Ложиться спать стараться в одно и тоже время

А теперь сам механизм, что делать:

Дальше идет то, что требует от мамы некоторых усилий, а именно вспомнить приятные ночные подъемы, как те, которые были, когда ребенок был еще маленький.

Мы заметили, что сын может спать и не описаться три часа. Значит три часа это примерно время от пописать до пописать.

Мы выставили на вибрацию будильник в телефоне на два часа ночи. Потому что засыпал он в 11 вечера.

По сигналу, мама встает и идет писать с сынулей. Самое главное ребенка разбудить, чтобы он понимал, что нужно пописать.

Нельзя его сонного садить на горшок, или в туалет, так у него не отложится в сознании, что нужно проснуться, когда хочешь пописать.

Дальше будильник заводим на срабатывание через три часа.

Следующий подъем по получается в 5 часов утра. Процедуры повторяются и спим до утра.

Просыпаются все и так через три часа, без будильника в 8 часов примерно. Ну естественно туалет и водные процедуры.

Ну и в чем секрет методики спросите вы...

А дальше самое главное.

Каждый день прибавляем по пять минут.

На следующий день первый будильник на 02.05, второй на 05.05. На следующий день 2.10 и 5.10 и так далее.

Организм ребенка, привыкает просыпаться, когда нужно пописать, это вроде в одно и тоже время, а прогресс, достигается пятиминутным шагом, не заметным для организма.

Пописать сдвигается все дальше и дальше.

Примерно через месяц график логическим своим ходом сдвигается таким образом, что вы встаете всего один раз за ночь, это когда первый будильник доходит до пяти утра то второй соответственно в восемь и ребенку так и так просыпаться.

Этот этап для мамы уже намного легче.

Если вдруг случилась лужа, не паникуйте, методика работает, просто три дня не прибавляйте по 5 минут, на этом этапе. Затем в обычном режиме продолжаем прибавлять.

Проколы по большей части из-за сбоя в режиме, раньше или позже легли, напились воды на ночь или чаю.

За два с половиной – три месяца (зависит от того сколько раз вы останавливались на трехдневный пит стоп) вы подойдете к режиму первого будильника в 8 утра.

Ну вот и всё. Можно не вставать.

Теперь водичка на ночь.

С водичкой начинаем после того, как закончились ночные процедуры.

Тут шаг не особо важен можно и по 10 минут прибавлять и по 5 и по 15, но главное количество жидкости перед сном прибавляйте постепенно.

Старайтесь не особо увеличивать постепенно в течении 1,5 – 2 месяца подойдете к тому что стакан на ночь перед сном будет нормально.

Мой на этом этапе, иногда с папой и братом кока колы надуется, думаю ну всё сегодня лужа будет... а нет все сухо, только утром бежит вперёд всех в туалет.

Заключение

После того, как мы составили самую концепцию, как отучить сына писаться ночью, я приступила к ее исполнению.

Нужно сразу отметить, что само собой ничего не произойдёт, придется в первую очередь дисциплинировать самих себя.

Это касается будильника, целый месяц придется вставать два раза за ночь, потом один раз, будет тяжело. А так же не разрешать ребенку вечером пить любые напитки за три часа до сна. Нужно объяснить ребенку, что как только он научится просыпаться ночью, когда хочет писать, так он опять будет пить напитки, когда захочет и сколько влезет))).

Вам потребуются много сил, но если вы умная мама, то понимаете, как важно это для ребенка.

Еще есть большой соблазн ночью не будить ребенка, а быстренько сонного сносить пописать и самой лечь спать, но так вы сделаете только хуже и себе и ребенку. Потому что все, чего вы добились до этого пропадет зря.

Хочу еще раз сделать акцент на том, что ребенка нужно разбудить, и чтобы он сам шел в туалет. Это вырабатывает привычку просыпаться, когда он захочет писать.

Во всем этом первый месяц самый трудный и для ребенка, и для мамы, потом становится легче, тем более, что и вставать нужно только один раз за ночь.

И напоследок хочу сказать нам уже почти шесть лет, и мы не писаемся ночью. И уже не ограничиваем ребенка в питье перед сном.

Как это замечательно, когда не нужно ждать каждое утро неприятных сюрпризов. Теперь и мои мальчишки и я просыпаемся в прекрасном настроении.

Конечно здесь я описала наш опыт, он возможно подойдет не всем.

Этот метод работает если проблема ребенка не связана с вирусными инфекциями половых и моче выводящих путей, в этом случае сначала вылечить.

Подходит, когда ребенок писается каждую ночь, и также если не каждую, а время от времени.

Подходит при незначительных психических расстройствах

Мы привыкли сами отвечать за своих детей и их здоровье, поэтому не ходим по врачам.

Но если у вашего ребенка действительно есть заболевание, или он писается не только ночью, но и днем, то конечно это нужно лечить по-другому.

Но если, как и у нас, у вас вполне здоровый ребенок, и ночные сюрпризы происходят без особых причин, смело применяйте наш опыт.

По вопросам, возникшим при ознакомлении с этой методикой обращайтесь за помощью на e-mail: sagerasimova@ya.ru

От всего сердца я желаю здоровья вам, и вашим деткам.

Светлана и Ярослав Герасимовы.

Ярослав в [Facebook](#)

Светлана в [Facebook](#)

А также наши проекты.

[Обучение созданию сайтов,](#)

[Кулинарный канал,](#)

[Сайт о путешествиях,](#)

[Канал о создании сайтов,](#)

[Быстрая страничка](#)